

GRACE and GRATITUDE:
KEBERSYUKURAN SEORANG AYAH
YANG MEMILIKI ANAK *DOWN SYNDROME*

Eirene Emaretta Chahyadi

Fakultas Psikologi

rin.emaretta@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan sebuah kajian *life-history* seorang pria yang berusaha menerima dan menjalani perannya sebagai seorang ayah dari anaknya yang memiliki *Down syndrome* untuk memahami lika-liku yang dialami dan dirasakannya. Data yang diambil pada penelitian ini bersumber dari wawancara baik secara formal maupun informal, dan observasi terhadap seorang ayah dengan anak pertamanya memiliki *Down syndrome*, beserta dengan orang-orang terdekat mereka. Agar dapat menjelaskan pengalaman subyek, penulis menggunakan paradigma interpretif dalam penelitian ini. Teori-teori yang digunakan untuk membantu menguraikan proses yang dialami Surya adalah teori mengenai *fatherhood*, *coping strategy*, *gratitude*, dan religiusitas. Teori-teori tentang *Down syndrome* juga turut dipaparkan agar kita dapat memiliki gambaran secara garis besar mengenai *Down syndrome*. Dari penelitian yang telah dilakukan, diperoleh beberapa kesimpulan bahwa menjadi seorang ayah dari anak *Down syndrome* bukanlah merupakan hal yang mudah pada awalnya dan dibutuhkan dukungan dari orang-orang terdekat. Banyak proses yang Surya lalui untuk dapat menerima kenyataan ini. Surya memilih untuk terus bersyukur sebagai caranya menerima keadaan Grace serta menjalani perannya sebagai ayahnya. Dengan bersyukur, Surya dapat memahami bahwa Grace merupakan anugerah spesial yang Tuhan percayakan padanya.

Kata kunci: *Fatherhood*, *gratitude*, anugerah, *coping strategy*, religiusitas.

A. Pendahuluan

Sebagian besar individu dewasa pasti pernah membayangkan dirinya sebagai suatu bagian dari sebuah keluarga. Memiliki pasangan, menikah, dan memiliki anak-anak yang lucu dan membanggakan. Orang-orang dewasa yang memutuskan menikah terbukti lebih bahagia jika dibandingkan dengan mereka yang lajang atau bercerai (Myers & Diener, dalam Weiten, 2013). Begitu pula dengan Surya (bukan nama sebenarnya) yang pada saat itu berusia 25 tahun, menikahi Muti (bukan nama sebenarnya), kekasihnya, yang pada saat itu berusia 27 tahun. Setelah berpacaran sekian lama, mereka akhirnya memutuskan untuk menikah.

Down syndrome merupakan salah satu bentuk abnormalitas genetik yang mampu menimbulkan efek buruk bagi perkembangan otak penderitanya. Para penyandang *Down syndrome* biasanya memiliki ciri-ciri fisik yang khas seperti otot yang lemah, tubuh pendek, mata yang cenderung miring ke atas, wajah datar, kebiasaan menjulurkan lidah, dan adanya lipatan pada telapak tangan (Lidya, 2015; Pinel, 2009).

Pada kebanyakan kasus, keadaan anak yang memiliki kebutuhan khusus biasanya dikaitkan dengan kondisi sang ibu. Padahal, istilah ‘orang tua’ yang digunakan oleh organisasi POTADS menunjukkan bahwa sebenarnya perasaan-perasaan semacam itu tidak hanya dirasakan oleh ibu, para ayah pun tentu memiliki perasaan yang sama. Ditambah lagi ketika para ayah harus mampu menyeimbangkan kehidupan pekerjaannya dengan keluarganya. Beban yang dirasakan sang ayah akan cenderung menjadi lebih berat dibandingkan tugas seorang ibu rumah tangga (Bianchi & Milkie; Milke; Parker; Winslow, dalam Nielsen, 2012).

Ada banyak cara yang dilakukan seseorang untuk dapat segera bangkit dari masa-masa sulitnya. Salah satu di antaranya adalah dengan cara bersyukur. Menurut Emmons (dalam Lopez, Pedrotti, & Snyder, 2015), rasa syukur mampu membuat seseorang tidak terus terpaku pada hal negatif yang ia terima, namun membantunya untuk melihat sisi positif dari kejadian yang ia alami.

Pertemuan penulis dengan sosok Surya membuat penulis tertarik dengan fenomena tentang minimnya perhatian terhadap kehidupan seorang ayah yang memiliki anak *Down syndrome*. Padahal memiliki anak dengan masalah tersebut juga akan memengaruhi kondisi psikologis ayah.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan paradigma interpretif atau fenomenologi. Menurut Sarantakos, paradigma interpretif merupakan dasar untuk menjelaskan kehidupan, peristiwa sosial, dan manusia dalam kerangka *common sense*. Dengan paradigma interpretif, maka penulis menemukan pendekatan yang paling cocok untuk digunakan dalam skripsi ini adalah pendekatan *life-history*. Untuk memperlengkap data yang didapat, penulis menggunakan *multiple sources of information*, yaitu pengambilan data tidak hanya dengan satu metode (Creswell, 2007). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode wawancara dan observasi.

Subyek untuk penelitian ini yaitu ayah yang memiliki anak dengan *Down syndrome* berumur 7-9 tahun, merupakan anak sulung dalam keluarga tersebut, dan berjenis kelamin perempuan.

lima aspek yaitu: a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan), b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan), c. *Overweight preoccupation* (kecemasan akan kegemukan), d. *Self-classified weight* (pengkategorian berat badan), dan e. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh).

C. Hasil Penelitian

Pada awalnya, memiliki anak *Down syndrome* merupakan hal yang tidak mudah bagi Surya. Hal ini disebabkan oleh minimnya pengetahuan Surya kala itu mengenai sindrom ini serta dampak-dampak yang dibawanya. Padahal menurut Pain (1998), informasi mengenai kondisi anak dapat membantu orang tua menyesuaikan emosi, melihat sisi positif dari kondisi sang anak, dan

mempersiapkan mereka untuk dapat beradaptasi dengan hal tersebut. Ketidaktahuan Surya menjadi hambatan tersendiri baginya untuk dapat segera beradaptasi dengan kondisi Grace. Tantangan lain yang dialami oleh Surya adalah keterbatasan finansial yang membuatnya belum mampu membawa Grace untuk melakukan tes kromosom meski ia sempat memeriksakan kondisi Grace ke tenaga spesialis.

Dalam proses wawancara, Surya pun menjelaskan bahwa dirinya masih berharap Grace dapat mengikuti tugas perkembangannya¹. Tersirat bahwa Surya yang saat itu sudah mengantongi beberapa informasi mengenai *Down syndrome* masih berharap sindrom yang dibawa Grace tidak mempengaruhi seluruh kemampuannya. Surya menjelaskan, menurut dokter yang menangani Grace kala itu, ketidakmampuan Grace untuk duduk atau berdiri ini disebabkan oleh syaraf-syaraf Grace yang tidak mampu menopang dan menggerakkan otot-ototnya sehingga hal ini mempengaruhi kemampuan motorik Grace.

Surya menyampaikan selama ini telah ada tiga orang fisioterapis yang mencoba membantu Grace. Namun para fisioterapis tersebut hanya memberikan bantuan pada Grace dalam jangka waktu tertentu saja dan dalam waktu-waktu tersebut, para fisioterapis ini datang satu kali dalam waktu dua minggu. Padahal menurut *The Doctor Indonesia* (dalam www.dokterindonesiaonline.com), fisioterapi sebaiknya diberikan dalam jangka waktu satu minggu sekali dan dalam pengawasan fisioterapis yang ahli atau berpengalaman. Mengacu dari pernyataan tersebut, fisioterapi yang diperoleh Grace dapat dikatakan kurang maksimal dan berkesinambungan sehingga di waktu-waktu berikutnya, tidak ada tenaga fisioterapis yang membantu Surya dan keluarganya ketika mereka memberikan fisioterapi bagi Grace. Surya memaklumi hal ini karena ia memahami dalam proses fisioterapi, peran orang tua lah yang diharapkan dapat berkontribusi lebih banyak.

¹ John W. Santrock, *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*, (Jakarta: 2012), hlm. 145-146. Pada usia sekitar 1 tahun, bayi biasanya sudah mulai mampu untuk berjalan dengan lancar tanpa bantuan atau berpegangan.

Tantangan-tantangan yang Surya hadapi ini tak jarang membuatnya lelah, bahkan terkadang jengkel terhadap perilaku Grace, [seperti penjelasan Baumann & Braddick \(1999\) bahwa menjadi ayah dari anak berkebutuhan khusus cenderung menambah tingkat stres yang dimiliki](#), terlihat bahwa menjadi seorang ayah dari anak *Down syndrome* ~~sebenarnya~~ tidak mudah. Ditambah lagi adanya kendala berkomunikasi antara Grace dengan orang tuanya yang seringkali membuat mereka kurang mampu memahami Grace.

Banyak dukungan yang Surya dapatkan dalam proses menjadi ayah bagi Grace. Dalam sesi wawancara yang penulis lakukan, berkali-kali Surya menyebutkan orang-orang dan komunitas yang membuatnya kuat dan memberikan pengertian-pengertian sehingga ia menyadari bahwa memiliki Grace merupakan sebuah anugerah baginya. Dukungan yang didapat dari orang lain biasanya lebih dikenal dengan nama *social support*. *Social support* sangat berpengaruh bagi seseorang agar dirinya merasa tidak sendirian menghadapi permasalahannya. *Social support* dapat dilakukan dengan cara memberikan materi, informasi, atau dukungan secara emosional (Carlson & Hatfield, 1992).

Selain dukungan yang ia dapat dari komunitas tempatnya beribadah, dukungan terbesar Surya ia rasakan dari keluarga besarnya. Mereka semua memberikan kekuatan bagi Surya untuk dapat menyayangi dan menerima Grace. Di lain kesempatan, Surya mengatakan bahwa ia bersyukur memiliki keluarga yang suportif seperti mereka. Tidak hanya itu, dalam observasi yang dilakukan penulis, penulis menemukan bahwa mereka pun menyayangi Grace dengan sepenuh hati. Hal ini terlihat dari seringnya mertua Surya datang mengunjungi Surya dan Muti, serta tidak segan-segan membantu merawat Grace. Dukungan inilah yang membuat Surya semakin menyadari bahwa Grace merupakan anak yang membawa kebahagiaan tersendiri baginya.

Grace sendiri pun mampu memberikan dukungan bagi Surya. Surya menyampaikan bahwa bagaimanapun juga, Grace merupakan perwujudan dari

impiannya memiliki anak². Surya juga merasakan kebahagiaan tersendiri ketika melihat ekspresi senang dan tawa Grace ketika ia bermain dengan Surya. Surya merasa puas ketika ia berhasil membuat Grace tertawa. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan Nielsen dalam buku *Father-Daughter Relationship* (2012), ia mengatakan bahwa salah satu tugas seorang ayah adalah memberikan rasa hangat dan bersahabat bagi putrinya, serta memberikan apa yang mereka butuhkan. Surya pun merasa bahagia ketika dirinya mampu membuat Grace tertawa dan menjadi teman bagi Grace. Senyum dan tawa Grace membuktikan bahwa ia telah berhasil memenuhi perannya sebagai seorang ayah yang baik dan dibutuhkan Grace.

Meski telah mendapat banyak dukungan dari orang-orang di sekitarnya, Surya tidak mau berdiam diri saja. Dukungan yang ia dapat dari orang-orang di sekitarnya memang membantunya untuk menerima kenyataan, namun Surya sadar bahwa ia sendiri harus dapat mengatasi tantangan-tantangan yang ia miliki. Jika orang-orang di sekitarnya mengatakan bahwa Grace merupakan suatu anugerah, Surya tidak ingin begitu saja menerima pernyataan tersebut. Ia ingin mendapat pengalaman tersendiri agar ia benar-benar merasakan bahwa memiliki Grace sebagai anaknya merupakan anugerah bagi ia dan keluarganya serta menikmati perannya sebagai ayah bagi Grace.

Surya memiliki cara sendiri untuk bisa menerima keadaan Grace yang ketika itu sudah dianalisa *Down syndrome*. Diantara sekian banyak cara yang bisa Surya pilih untuk bisa menerima kondisi Grace, Surya memilih menerima keadaan Grace dengan cara bersyukur. Bersyukur (*gratitude*) membuat seseorang tidak terpaku dalam keadaan negatif yang sedang ia hadapi, tapi memampukannya untuk melihat sisi positif dari hal tersebut (Emmons, dalam Lopez, Pedrotti, & Snyder, 2015). Di sisi lain, dalam ajaran Kristen, Surya juga meyakini bahwa itulah yang diinginkan oleh Tuhan bagi seluruh umatNya, yaitu untuk dapat selalu

² Wayne Weiten, *Psychology: Themes and Variations ed.9th*, (United States: 2013), hlm. 440. Weiten mengatakan bahwa keputusan untuk memiliki anak merupakan hal yang membahagiakan bagi sebagian besar pasangan suami-istri. Weiten juga menambahkan, anak pertama biasanya membawa perubahan besar bagi kehidupan pasangan suami-istri.

bersyukur dalam keadaan apapun, seperti yang disebutkan dalam Alkitab, “Mengucap syukurlah dalam segala hal, sebab itulah yang dikehendaki Allah di dalam Kristus Yesus bagi kamu.” (1 Tesalonika 5:18). Selain bersyukur, Surya juga berusaha untuk memperlakukan Grace layaknya anak pada umumnya. Ia mengajak Grace berbicara, bermain, dan menonton TV bersama. Bukan berarti Surya memaksa Grace untuk melakukan apa yang seharusnya dapat dilakukan oleh anak-anak pada umumnya. Namun Surya melakukan hal ini agar Grace merasakan kasih sayang Surya seperti anak-anak pada umumnya menikmati kasih sayang orang tuanya.

Banyak proses yang Surya lalui untuk dapat betul-betul merasakan dan mendalami konsep anugerah itu. Ditambah lagi dengan adanya kenyataan bahwa pada lima bulan pertama kehidupan Grace, terlihat tidak ada sesuatu yang patut dicurigai dalam kondisi fisik Grace. Satu setengah tahun merupakan waktu yang dibutuhkan Surya untuk benar-benar dapat menerima Grace dengan segala keadaannya. Hal ini dikarenakan ketidaksiapan Surya, serta dampak *Down syndrome* bagi Grace yang baru diketahuinya seiring dengan pertumbuhan fisik Grace. Kenyataan bahwa *Down syndrome* berdampak begitu besar bagi kemampuan fisik Gracelah yang membuat Surya saat itu sulit menerima keadaan. Penulis juga telah menguraikan dampak-dampak yang Grace alami pada bab sebelumnya. Pada masa-masa ini, Surya belum dapat sepenuhnya memandang peristiwa ini sebagai anugerah dari Tuhan. Yang ia rasakan hanyalah kekecewaan karena anak yang telah ia nantikan dua tahun setelah pernikahannya dengan Muti terlahir berbeda dari yang ia harapkan.

Bagi Surya, merasakan bahwa kehadiran Grace adalah sebuah anugerah dalam keluarganya merupakan suatu keharusan. Sulit memang, namun Surya telah memantapkan hati. Pemahamannya ini membuatnya berusaha untuk menerima kondisi Grace meski pada kenyataannya, banyak tantangan yang harus ia hadapi dan seringkali membuatnya merasa lelah baik secara jasmani maupun pikiran. Namun hal tersebut tidak membuatnya enggan untuk bersyukur kepada Tuhan. Beruntung, hingga saat ini Surya memiliki kemampuan untuk dapat mencari hal

positif diantara sekian banyak tantangan yang ia hadapi³. Hal ini membantunya untuk dapat bersyukur dan merasakan kebaikan Tuhan yang telah ia alami. Misalnya, dari sekian banyak ketidakmampuan Grace, salah satu hal yang Surya syukuri adalah kondisi jantung Grace yang rupanya tidak terkena dampak buruk dari *Down syndrome*.

Surya juga memaparkan banyak hal yang membuatnya bersyukur untuk kehadiran dan keadaan Grace, bahkan dalam hal kecil sekalipun⁴. Misalnya, ketika Grace menyambut kedatangan Surya di rumah setelah dirinya pulang bekerja dengan caranya sendiri. Penerimaan yang Surya rasakan dari Grace memunculkan perasaan bahagia tersendiri bagi Surya sebagai ayah Grace. Hal ini sekaligus membuktikan bahwa menjadi ayah dari seorang anak berkebutuhan khusus tidak selamanya berat. Ada juga saat-saat dimana kita dapat melihat tingkah mereka yang lucu dan justru menjadi kesenangan tersendiri bagi orang tua (dalam Halloran, O' M., Sweeney, J., & Doody, O., 2013).

Surya juga meyakini adanya koneksi yang khusus antara dirinya dengan Grace. Karena kerap kali ketika Grace mulai rewel, dan Muti tidak dapat lagi menenangkannya, maka Grace akan tenang ketika Surya datang dan menggendongnya⁵. Selain koneksi yang terbangun antara Surya dan Grace, Surya

³ J. G. Carlson & E. Hatfield, *Psychology of Emotion*, (United States of America: 1992), hlm. __. *Personality* yang dimiliki individu mempengaruhi kemampuannya melakukan *coping*.

⁴ Philip C. Watkins, *Gratitude and The Good Life: Toward a Psychology of Appreciation*, (London, 2014), hlm. 76-77. Dalam teori *three pillars of gratitude*, Watkins menyebutkan bahwa salah satu hal penting agar seseorang dapat dipenuhi rasa syukur adalah dengan menghargai hal-hal kecil yang terjadi di sekitarnya (*appreciation for simple pleasures*), bahkan ketika hal tersebut dianggap sepele oleh orang lain.

⁵ L. Nielsen, *Father-Daughter Relationship: Contemporary Research and Issues*, (United States of America: 2012), hlm. __. Menurut Nielsen, salah satu tugas ayah bagi putrinya adalah memberikan kehangatan dan kenyamanan ketika sang putri berada di dekatnya. Dalam hal ini, Surya mampu membuat Grace merasa nyaman ketika berada dalam pelukannya sehingga Surya menganggap ini merupakan suatu koneksi yang spesial antara dirinya dan Grace sebagai ayah dan putrinya.

senang melihat Reef mampu menunjukkan rasa sayangnya pada Grace. Ketika melihat Grace dan Reef tidur sambil berpegangan tangan, Surya merasakan kebahagiaan tersendiri. Peristiwa itu juga membuktikan bahwa mereka saling mengasihi, serta mengindikasikan keberhasilan Surya dan Muti dalam mendidik Reef untuk menyayangi Grace apa adanya. Bahkan menurut pengakuan Surya, Reef terbiasa mencium kening kakaknya terlebih dahulu sebelum tidur⁶.

Berdasarkan penjelasan penulis di atas, Grace bagi Surya kini bukan lagi hanya sekadar anak yang Tuhan titipkan padanya. Surya telah mampu mengalahkan dirinya sendiri yang dulunya susah menerima keadaan Grace. Ia menyadari bahwa Grace merupakan anak yang spesial. Grace telah menjadi sumber kebahagiaan Surya dengan segala keadaannya. Surya menyatakan bahwa Grace mampu memberikan kebahagiaan-kebahagiaan tersendiri baginya. Grace juga telah menjadi pelajaran berarti bagi Surya untuk dapat belajar bersyukur dan melihat hal-hal kecil sebagai suatu anugerah baginya.

Surya memiliki beberapa alasan untuk memilih bersyukur dan meyakinkan dirinya bahwa kehadiran Grace adalah anugerah baginya sebagai caranya menerima kenyataan. Salah satu diantaranya adalah karena hal itulah yang selalu diingatkan oleh orang-orang terdekatnya. Surya pun bersyukur atas kehadiran orang-orang yang senantiasa memberinya kekuatan. Ia merasakan banyak perhatian dan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Proses penerimaan yang Surya alami tidak dapat dipisahkan dari sosok Tuhan yang ia percaya selalu menyertai dan memiliki rencana-rencana indah bagi hidupnya. Tak jarang, selama proses wawancara Surya menyampaikan bahwa semakin ia bersyukur, semakin ia memahami bahwa Tuhan memiliki rencana yang baik bagi ia dan keluarganya. Dalam bukunya, Watkins (2014) mengatakan bahwa *gratitude* dan religiusitas

⁶ Philip C. Watkins, *Gratitude and The Good Life: Toward a Psychology of Appreciation*, (London, 2014), hlm. 76-77. Dalam teori *three pillars of gratitude*, Watkins menyebutkan bahwa salah satu hal penting agar seseorang dapat dipenuhi rasa syukur adalah dengan menghargai hal-hal kecil yang terjadi di sekitarnya (*appreciation for simple pleasures*), bahkan ketika hal tersebut dianggap sepele oleh orang lain.

seseorang memang berhubungan. Ketika seseorang memiliki tingkat religiusitas yang cukup baik, semakin besar pula perilaku pengucapan syukurnya.

Schacter, Addis, & Buckner (dalam Watkins, 2014), mengatakan bahwa ketika individu menyadari adanya kejadian-kejadian di masa lalu yang patut membuatnya bersyukur, maka ia juga akan melihat masa depan sebagai masa yang dipenuhi oleh kebaikan. Surya yang telah berkali-kali merasakan pertolongan dari Tuhan menjadi percaya bahwa yang ia alami saat ini pun merupakan suatu bentuk kebaikan dari Tuhan, dan walaupun ia harus melalui masa sukar, Surya yakin Tuhan akan menyediakan jalan keluar baginya.

D. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah:

1. Hal yang dialami oleh anak juga memiliki pengaruh besar terhadap kehidupannya sebagai ayah.
2. Ketika sang ayah mengetahui bahwa anaknya *Down syndrome*, tidak dapat dipungkiri bahwa seorang ayah juga sempat berada dalam masa-masa sukar.
3. Ketika seseorang sedang dalam proses penerimaan, ia membutuhkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Terlebih dukungan dari orang-orang terdekatnya.
4. Selain dukungan, seorang ayah juga memerlukan waktu agar ia dapat benar-benar memahami kondisi yang ia alami saat itu.
5. Hal lain yang dapat mempengaruhi penerimaan seorang ayah terhadap anaknya yang *Down syndrome* adalah pemahamannya akan ajaran agama yang ia anut dan arti seorang anak baginya.
6. Ketika seorang ayah telah benar-benar memahami bahwa anak adalah anugerah yang dititipkan baginya, maka ia akan lebih mudah untuk menerima kenyataan dan melihat hal yang ia alami dalam pandangan yang lebih positif.

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan maka peneliti akan memberikan saran untuk penelitian selanjutnya sebagai berikut:

1. Bagi para pembaca:

Membaca kisah Surya tidak akan menarik jika kita hanya menjadikannya bacaan ringan. Untuk dapat memahami lika-liku Surya, kita harus terlebih dulu mampu memposisikan diri sebagai seorang ayah yang memiliki anak berkebutuhan khusus, maka kisah Surya ini akan menjadi kisah yang menarik untuk dibaca dan dipahami.

2. Penelitian selanjutnya:

Peneliti berikutnya dapat menggunakan dan menambahkan foto atau *field notes* yang digunakan selama proses penelitian sebagai lampiran.

3. Bagi para ayah yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus:

Kasih sayang dan penerimaan seorang ayah bagi anaknya cukup memberikan pengaruh bagi kehidupan sang anak. Bersyukur dan menyadari banyaknya keajaiban yang diberikan anak cukup untuk membuat kita menyayangnya sepenuh hati. Betapa lengkapnya kebahagiaan sang buah hati jika ia merasakan keutuhan kasih sayang dari kedua orang tuanya dengan sebagaimana adanya ia meski ia mungkin tak dapat mengungkapkannya atau membalas kasih sayang kita.

Pustaka Acuan

_____. <<http://www.potads.or.id/about/>> (29 September 2016)

_____. <<http://www.isdi-online.org/>> (30 November 2016)

Baumann, S.L., & Braddick, M. (1999). *Out of Their Element: Fathers of Children Who Are "Not the Same"*. *Journal of Pediatric Nursing*. 14(6). hlm. 369-378.

Benny, F., Nurdin, A.E., & Chundrayetti, (2014). Penerimaan Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental di SLB YPAC Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(2), hlm 159-162.

- Carlson, J. G. & Hatfield, E. (1992). *Psychology of Emotion*. United States of America: Ted Buchholz.
- Carlson, N.R. (1990). *Psychology Third Edition*. United States of America: A Division of Simon & Schuster, Inc.
- Creswell, J.W. (2007). *Qualitative Inquiry & Research Design Second Edition*: California: Sage Publications, Inc.
- Dagun, S.M. (2002). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdiknas INDONESIA. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia 3rd ed.* Jakarta: Balai Pustaka.
- Down Syndrome Education International. (____). *Health and Medical Issues*. Retrieved from <https://www.dseinternational.org/en-us/about-down-syndrome/health/> [8 Mei 2017]
- Elder, J. H., et al. (2003). *Effect of In-home Training for Culturally Diverse Fathers of Children with Autism. Issues in Mental-Health Training*. ____ (____). hlm 273-295.
- Hallahan, D. P., & Kauffman, J. M. (1982). *Exceptional Children Second Edition*. New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Halloran, O' M., Sweeney, J., & Doody, O. (2013). *Exploring fathers' perceptions of parenting a child with Asperger syndrome. Journal of Intellectual Disabilities*. 17(3). hlm. 197-213.
- Hull Learning Seervices. (2006). *Supporting Children with Down's Syndrome*. London: David Fulton Publishers Ltd.
- Hutt, M. L., & Gibby, R. G. (1976). *The Mentally Retarded Child*. United States of America: Allyn and Bacon, Inc.
- Kubler-Ross, E., & Kessler, D. (2005). *On Grief & Grieving, Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. New York: Scribner.
- Kumala, Vinka. (____). 17 Tanda Anak Menderita Sindroma Down. Retrieved from <https://www.tanyadok.com/anak/17-tanda-anak-menderita-sindroma-down> [1 Februari 2017]
- Lamb, M. E. (2010). *The Role of the Father in Child Development Fifth Edition*. United States of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Lidya, D. (2015). 4 Penyebab Down Syndrome, Ciri dan Pemeriksaannya. Retrieved from <http://halosehat.com/penyakit/penyebab-down-syndrome> [22 April 2016]
- Lim, W. M. (2013). Revisiting Kubler-Ross's Five Stages of Grief: Some Comments on the iPhone 5. *Journal of Social Sciences*. 9(1). hlm 11-13.

- Lopez, S.J., Pedrotti, J.T., Snyder, C.R. (2015). *Positive Psychology 3rd ed: The Scientific and Practical Explorations of Human Strength*. United States of America: SAGE Publications, Inc.
- Ghoniya, Z., & Savira, S.I. (2015). *Character. Gambaran Psychological Well Being pada Perempuan yang Memiliki Anak Down Syndrome. Character*, 3(2), hlm 1-8.
- Meadow, M.J. & Kahoe, R.D. (1984). *Psychology of Religion: Religion in Individual Life*. New York: Harper & Row.
- Myers, D. G. (2008). *Social Psychology 9th edition*. New York: McGraw Hill.
- Nielsen, L. (2012). *Father-Daughter Relationships: Contemporary Research and Issues*. United States of America: Routledge.
- Ogden, J. (2007). *Health Psychology 4th edition*. USA: McGrawHill.
- Pain, H. (1998). *Coping with A Child with Disabilities from The Parents' Perspective: The Function of Information. Child: Care, Health, and Development*. 25(4). hlm. 299-312.
- Piaget, J. (1977). *Topics in Cognitive Development*. New York: Plenum Press.
- Pinel, J. P. J. (2009). *Biopsikologi Edisi Ketujuh*. Diterjemahkan oleh Helly Prajitno dan Sri Mulyantini. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Poewandari, E. K. (1998). *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukurann dan Pendidikan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Ross, E. K. (1998). *On Death and Dying (Kematian sebagai Bagian Kehidupan)*. Diterjemahkan oleh Wanti Anugrahani. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*. Edisi ke-13. Diterjemahkan oleh Benedictine Widyasinta. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Edisi ke-13. Diterjemahkan oleh Benedictine Widyasinta. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Perkembangan Anak. Jilid 1*. Edisi ke-13. Diterjemahkan oleh: Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2011). *Perkembangan Anak. Jilid 2*. Edisi ke-11. Diterjemahkan oleh: Verawaty Pakpahan dan Wahyu Anugraheni. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Santrock, J.W. (2002). *Psychology 7th ed*. United States of America: McGrawHill.
- Suryo. (2005). *Genetika Manusia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- The Doctor indonesia.* (2016) *Down Syndrome, Penanganan, dna Permasalahannya.* Retrieved from <https://dokterindonesiaonline.com/2016/06/23/down-syndrome-penanganan-dan-permasalahannya/>. [11 Mei 2017]
- Watkins, P.C. (2014). *Gratitude and The Good Life: Toward a Psychology of Appreciation.* United States of America: Springer.
- Weiten, W. (2013). *Psychology: Themes and Variations ed. 9th.* United States: Wadsworth Cengage Learning.
- Wood, A.M., Froh, J.J., & Geraghty, A.W.A. (2010). *Gratitude and Well Being: a-review and theoretical integration. Clinical Psychology Review.* 30(__). hlm 1-16.
- Yayasan Lembaga SABDA. (2005). Apa arti “lahir baru”?. Retrieved from <http://alkitab.sabda.org/article.php?no=311&type=12>. [21 Januari 2017/]
- Yayasan Lembaga SABDA. (2005). Apa arti iman?. Retrieved from <http://alkitab.sabda.org/article.php?no=423&type=12>. [21 Januari 2017]